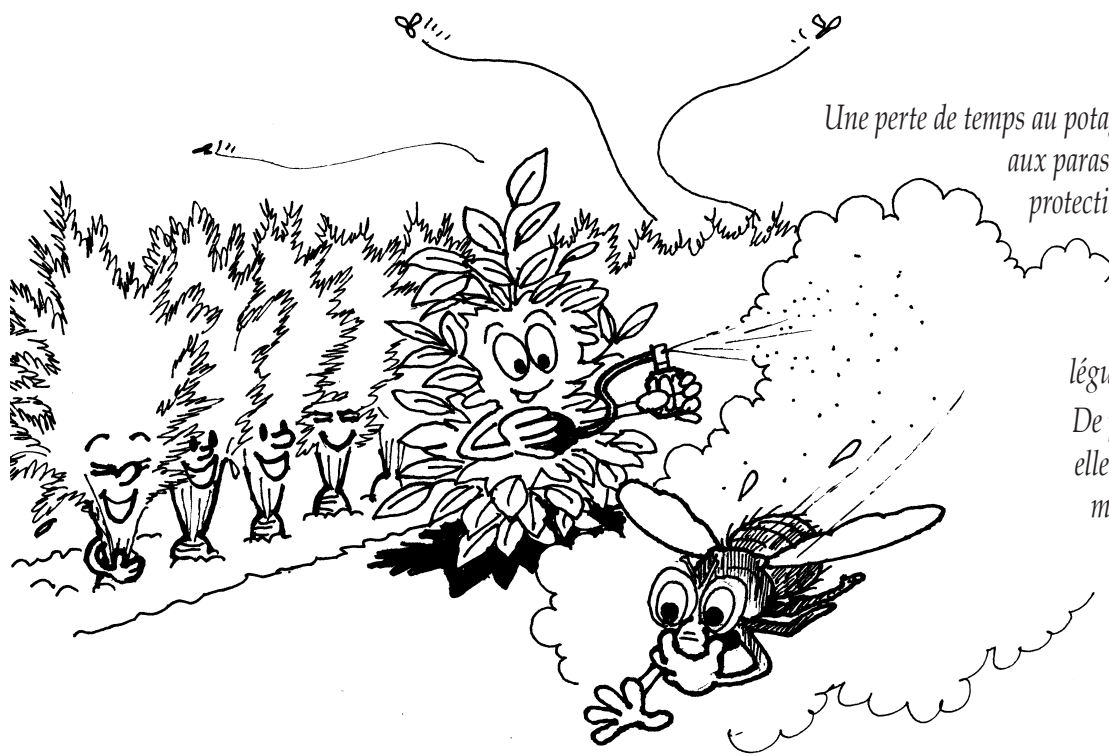


# DES "PLANTES-AMIES" ET LA ROTATION DES CULTURES pour se simplifier la vie au potager



Une perte de temps au potager est souvent générée par la chasse aux parasites et maladies. La mode de la protection totale est révolue : elle était trop coûteuse en produits chimiques et en temps, et les jardiniers cherchent avant tout à récolter des légumes sains et naturels.

De plus, la nature ayant horreur du vide, elle trouve rapidement la parade aux méthodes de lutte chimique avec, par exemple, des insectes devenus résistants aux pesticides.

## LA PROTECTION RAISONNÉE

Aujourd'hui, en complément du choix de variétés résistantes aux maladies, il est plus raisonnable de repousser les insectes nuisibles plutôt que d'essayer de les détruire tous. On peut aussi se faire aider par des insectes "protecteurs du potager" qui les élimineront à notre place. Il suffit de laisser pousser quelques "mauvaises" herbes dans le jardin (carottes sauvages et autres ombellifères) pour attirer ces sympathiques insectes : syrphes, coccinelles, carabes, etc. Par ailleurs, de nombreuses plantes

dont le nectar est utilisé par les abeilles (plantes mellifères : soucis, camomille, fenouil, aneth, phacélie...), favorisent également le développement d'insectes utiles, dont les larves ou les adultes sont parasites ou prédateurs de certains ennemis des légumes (pucerons, vers gris, vers blancs, tiques, piérides, taupins, altises, charançons, mouches, aleurodes...). Dans la nature, les populations animales s'auto-régulent ; ne jouons pas aux apprentis sorciers en modifiant ces fragiles équilibres.

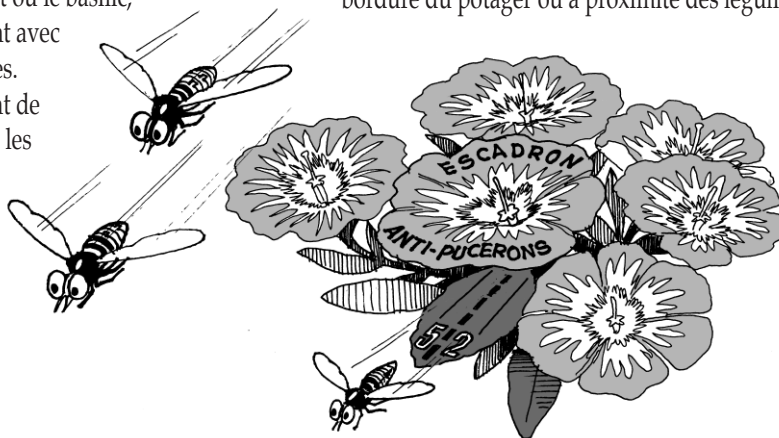
## UTILISEZ LES PLANTES AUXILIAIRES

Les insectes ne sont pas nos seuls auxiliaires pour éliminer les parasites du potager. Certaines plantes cultivées peuvent aussi nous donner un coup de main, soit en sécrétant des odeurs répulsives, soit en hébergeant des insectes utiles.

Des plantes aromatiques, comme le thym serpolet ou le basilic, intercalées entre les rangs de légumes, éloigneront avec leur parfum les mouches qui attaquent les carottes.

Des belles de jour (*Convolvulus tricolor*) serviront de base aérienne lors des attaques de syrphes contre les pucerons. Vous pourrez aussi éloigner les pucerons des légumes en leur offrant à proximité des pieds de capucines. Certaines fleurs odorantes, sans que l'on sache encore comment, sont capables de freiner la

propagation des maladies : c'est le cas des œillets d'Inde contre le mildiou de la tomate. Ainsi, les fleurs utiles au potager sont nombreuses : asters, pourpiers, soucis, capucines, mufliers, zinnias, reines-marguerites, belles de jour... Placez-les en bordure du potager ou à proximité des légumes.



## ACCUEILLEZ LES OISEAUX

Les oiseaux sont de précieux auxiliaires qui se régalent de nombreux insectes et mollusques (limaces, escargots...) : le rouge-gorge, la mésange, le rossignol, le moineau, le roitelet, le chardonneret, la tourterelle, la pie...

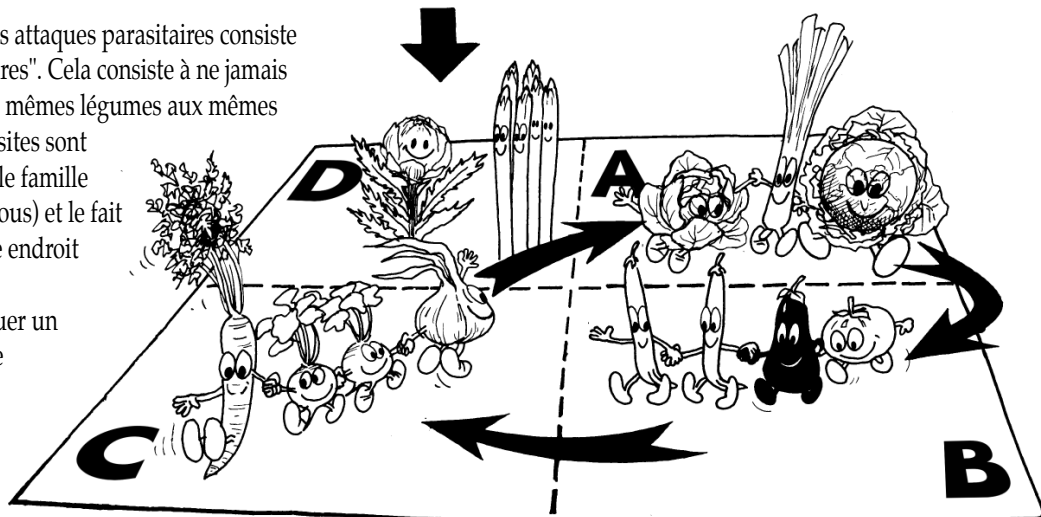
Facilitez leur venue dans votre jardin en installant une haie avec des espèces végétales diversifiées. En hiver, vous pourrez les nourrir avec des graines de tournesol ou de millet.

## UN POTAGER QUI TOURNE ROND POUR PERTURBER LE CYCLE DES PARASITES

Une autre astuce pour réduire les attaques parasitaires consiste à pratiquer la "rotation des cultures". Cela consiste à ne jamais cultiver deux années de suite les mêmes légumes aux mêmes emplacements. En effet, les parasites sont généralement associés à une seule famille de légumes (voir tableau ci-dessous) et le fait de les cultiver toujours au même endroit les multiplie d'année en année.

D'où l'astuce consistant à pratiquer un "roulement" entre ces familles de légumes, si l'on ne souhaite pas subir la corvée du pulvérisateur.

Pour ne pas vous "mélanger les poireaux", notez chaque année sur un petit carnet de bord, le plan de votre potager et la localisation précise de chaque espèce légumière. Un moyen simple facilitant la rotation consiste à diviser le potager en quatre parties : A, B, C et D. La partie A recevra, par exemple, les légumes feuilles, la partie B les légumes fruits ou graines et la partie C les légumes racines ou bulbeux. L'année suivante, les légumes cultivés en A passeront en B, ceux de B en C et ceux de C en A (la partie D



étant réservée aux légumes vivaces qui restent à la même place pendant plusieurs années, comme les asperges, les artichauts et certaines plantes aromatiques).

La rotation des légumes permet ainsi de diminuer les traitements et ralentit l'épuisement du sol (les légumes n'ont pas les mêmes besoins en éléments fertilisants et leurs racines puisent leur nourriture à des profondeurs différentes).

### LES PARASITES SUIVANT LES FAMILLES DE LÉGUMES

FAMILLES	LÉGUMES	PARASITES ASSOCIÉS
OMBELLIFÈRES	carotte, céleri, cerfeuil, fenouil, persil...	mouches, teignes, nématodes...
SOLANÉES	aubergine, piment, poivron, pomme de terre, tomate...	altises, aleurodes, acariens...
LÉGUMINEUSES	fève, haricot, lentille, pois...	puçerons, cécidomyies, thrips...
CRUCIFÈRES	choux, navet, radis...	altises, puçerons, charançons, mouches...
COMPOSÉES	artichaut, chicorée, laitue, salsifis, topinambour...	noctuelles (vers gris), puçerons...
CUCURBITACÉES	concombre, cornichon, courges, melon...	aleurodes, mouches, thrips...
TOUTES FAMILLES		limaces, courtilières, taupins (vers fil de fer)...